



BUKS – Tidsskrift for Børne- og Ungdomskultur

Nr. 74 2026 • Årgang 42 • ISSN online 2446-0648 • www.buks.dk

Mette Rold og Iben Ammentorp Bentzen

Når lyset tændes i Kunstgruppen på headspace

Resumé

Artiklen undersøger Kunstgruppen på headspace som et pædagogisk og kunstnerisk frirum for unge i alderen 13-25 år med mentale og sociale udfordringer. Gennem følgeforskning i 2022 og 2025 analyseres, hvordan kreative processer og tværprofessionelt samarbejde kan styrke unges trivsel. Kunstgruppen tilbyder et ikke-dømmende rum, hvor unge gennem billedkunst og kreative eksperimenter får mulighed for at udtrykke følelser, regulere sig selv og opleve fællesskab. Resultaterne viser at deltagelse i Kunstgruppen har en positiv indvirkning, der fremmer empowerment, mening og social samhørighed. Artiklen placerer projektet i en bredere national og international kontekst, hvor kunst og kultur i stigende grad anerkendes som sundhedsfremmende, og peger på betydningen af et etisk og refleksivt samarbejde i det tværprofessionelle samarbejde for at skabe bæredygtige, trygge frirum. Afslutningsvis argumenteres for, at Kunstgruppen kan tjene som didaktisk tilgang for, hvordan kunstneriske fællesskaber kan styrke unges mentale sundhed og identitet gennem skaberkraft og sociale fællesskaber.

Nøgleord: kreativitet; kunst; tværprofessionalitet; trivsel; udsathed; pædagogik

»Jeg har lavet et symbol som betyder lys.
Fordi gruppen fik mig videre fra det hul, jeg var i, og se lyset«

Citatet er et udsagn fra en af de unge i det fokusgruppeinterview, der blev gennemført, da Kunstgruppen på headspace blev fulgt med forskning i 2022. Citatet vidner om et projekt, der har haft afgørende positiv betydning for flere af de unge, som deltog (Boysen, et al., 2022). Kunstgruppen på headspace var og er fortsat et aktuelt tilbud for unge i alderen 13-25 år, der oplever sårbarhed og som har mod på og lyst til at udfolde sig kunstnerisk og kreativt i et socialt samvær med andre. Som et socialt og kunstnerisk frirum giver Kunstgruppen de unge rum for udveksling af erfaringer om kunst, mentale- og sociale udfordringer, og om det at være ung generelt. Et sted, hvor unge kan komme, når de ikke har mulighed for og overskud til at deltage i mere traditionelle ungefællesskaber.

Følgforskningen i Kunstgruppen på headspace er blevet gentaget i foråret 2025, og er igen blevet gennemført i det tværgående samarbejde mellem Kulturskolen Roskilde, headspace og PH-Absalon (Pedersen, et al., 2026). Artiklen præsenterer vores nyeste opdagelser i lyset af de tidligere erfaringer i 2022 og analyserer, hvordan det er muligt at arbejde med unges trivsel gennem skaberkraft i kunstneriske fællesskaber, som frirum i det tværprofessionelle samarbejde. Artiklen gør samtidig rede for vores undersøgelsestilgang, der tager særligt hensyn til det kunstneriske perspektiv og målgruppen af sårbare unge, hvor det fordres, at man som professionel opretholder en høj grad af etik og sensitivitet i samspillet med de unge.

Baggrund

I dansk og international sammenhæng har der i det 21. århundrede været politisk opmærksomhed på menneskers mentale sundhed. På trods af dette ser vi i dag en generel øget mistrivsel blandt unge, også selvom international og dansk forskning viser en vis evidens for, at unges udtryk gennem kunst bl.a. kan styrke udvikling af mestringsstrategier i forhold til social isolation og genforhandling af livsfortællinger (Jensen, 2022; Fancourt & Finn, 2019). Kunstterapierne har også længe haft viden om, at kunsten har en helende kraft, der gør det muligt at udforske og transformere svære følelser, som kan åbne for, at mennesker med psykisk sårbarhed igen får styrken til at kunne etablere social kontakt med omverdenen, og som har en konkret frigørende betydning for den enkelte (Skov, 2013; Tejlbjærg, 2011; Malchiodi, 2018; McNiff, 2008, 2018).

I Danmark ses interessante tiltag, der understøtter den eksisterende viden på feltet, og som arbejder henimod et paradigmeskifte indenfor kunstens og kulturens betydning for menneskets mentale sundhed, identitet og trivsel. Vi vil fremhæve to vigtige projekter, nemlig Rewritalize og Craft-psykologi, da de på hver deres måde har elementer, der taler ind i den pædagogiske tilgang, vi finder i Kunstgruppen på headspace.

Foreningen *Nationalt Center for Kunst og Mental Sundhed* leder det danske forskningsprogram REWRITALIZE, der er forankret i Psykiatrisk Center på Amager. REWRITALIZE er et kreativt frirum for mennesker med psykiske sårbarheder, hvor det bl.a. udforskes, hvordan tekst og ord kan bruges som udtryksform. Formålet med projektet er at skabe evidens for, at kunne implementere skrive- og kunstgrupper som del af den psykiatriske behandling i Danmark. Skrive- og kunstgrupperne i projektet er en ny form for intervention i psykiatrien, hvor grupperne ikke alene betragtes som en aktivitet for aktivitetens egen skyld, men også anses for at have sundhedsfremmende virkning. Interventionen er udviklet med det

formål at skabe positive psykiske forandringer og selvoplevet recovery hos mennesker, der lider under psykisk sårbarhed. Det manualiserede gruppeforløb er konceptualiseret som en hybrid mellem en kunstworkshop og en gruppeterapeutisk intervention, kaldet *deltagerfokuserede kunstworkshops for recovery* (Bundesen, et al., 2024). Manualen er udviklet i et tværfagligt samarbejde mellem psykiatere, forfattere, kunstnere og mennesker med levet erfaring fra psykiatrien. De deltagende kunstneriske interventioner ser lovende ud i forhold til at fremme personlig recovery, da de kreative skrivegrupper viser tegn på at personlig bedring fremmes, ved at styrke samhørighed, håb, forhandling af identitet, meningsskabelse og empowerment (Henningsson, et al., 2024; Bundesen, et al., 2024). I 2025 kom foreningen på finansloven som del af folketingets 10-års plan for psykiatrien, da alle partier er blevet enige om, at kunst, kultur og natur kan være meningsfulde supplementer til den psykiatriske behandling.

Sundhed og trivsel gennem craft-aktiviteter er en anden bevægelse, der vinder frem i Danmark, og som er orienteret mod de sundhedsfremmende effekter ved håndarbejde og håndværk i et bredere psykologisk perspektiv, betegnet *craft-psykologi* (Bukhave & Kirketerp, 2023). Et review af Bukhave, et al. (2025) viser, at reviewets undersøgte interventioner blev gennemført eller superviseret af enten kunstterapeuter, sygeplejersker eller ergoterapeuter. Alle studier rapporterede om kortsigtede forbedringer i de målte udfald, og reviewet konkluderer, at der er en vis evidens for at håndarbejdsbaserede interventioner kan have gavnlige effekter på mental sundhed og trivsel, men at der også ses et behov for mere forskning af høj kvalitet – herunder undersøgelser af de mekanismer, hvorigennem håndarbejdsbaserede interventioner virker. På lignende vis ønsker projektet REWRITALIZE at blive klogere på de aktive ingredienser i skrivegruppernes proces og spørger til, om det er muligt at kunsten kan opretholde sin frihed.

Kunsten som individuel og social praksis

Kunsten som både en individuel og social praksis synes at have en vigtig betydning for, om de deltagende parter får en positiv oplevelse af mening, øget trivsel og mental sundhed, hvilket også er en præmis i projektet REWRITALIZE. Kunstens sociale praksis anses i dag for at være blevet kunstens såkaldte pædagogiske vending (Illeris, 2018). Det er at forstå som en kollektiv og relationel praksis, som inden for sociale indsatser ofte ses at have fokus på kunstens enkelt-discipliner, f.eks. musik eller billedkunst (Fancourt & Finn, 2019; Nielsen & Sørensen, 2017; Holst, 2017).

Kunstgruppen på headspace skriver sig ind i dette samlede billede, som er beskrevet her. Men fra det overvejende kliniske-psykologiske blik, er blikket her vendt mod det pædagogiske potentiale, som kunsten som intervention kan bibringe i forhold til mental sundhed og trivsel hos sårbare unge. I Kunstgruppen på headspace er fokus som udgangspunkt rettet mod én kunstnerisk disciplin i det sociale fællesskab – *billedkunsten* – og åbner for at rådgivning, relationer og kunst forbindes i et tværgående samarbejde. Som i REWRITALIZE opererer Kunstgruppen på headspace også med en fast struktur for aktiviteterne, der har en start-midte-slutning i hver session. Intra-grupperelationerne er ligeledes vigtige og afgørende for den sociale atmosfære, ligesom aktiviteterne rækker ud over de sociale og mentale udfordringer, de unge bringer med ind i fællesskabet (Bundesen et al. 2024). I lyset af craft-psykologien, ses paralleller til aktiviteterne genstandsfelt og arbejdsproces. I Kunstgruppen fordyber de unge sig ligeledes i sit eget materiale, det være sig formgivning i ler, hækling, maleri, smykkefremstilling eller lignende, uden indholdsmæssig eller tematisk tilknytning

til de unges sociale og mentale udfordringer (Bukhave & Kirketerp, 2023). Aktiviteten er så at sige til stede i sin egen ret, men indgår også som en afgørende mekanisme i den sociale kontrakt i Kunstgruppen.

Vores følgeforskning fra 2022 viser, at der er behov for en mere holistisk tilgang til det kunstneriske felt, som også bekræftes i et pilotprojekt fra 2019, der som kunstaktivistisk projekt placerer sig i spændet mellem unges identitetsdannelse, kunst og kultur på tværs af kontekster, hvor unge fik støtte og rådgivning fra deres kontaktlærere i 10. klassecentret. (Rold, et al., 2020). Opdagelserne taler samlet ind i det europæiske review »*Culture-for-Health*« (2022), som peger på at der er et aktuelt behov for en mere ambitiøs og integrativ tilgang til sundhed og trivsel, som kan komplementere den eksisterende individualiserede og adfærdsregulerende biomedicinske model.

Med dette afsæt vil vi rette opmærksomheden mod dette tidsskriftsnummers konkrete tema: *Frirummet som fænomen og pædagogisk intervention, som det opleves i Kunstgruppen på headspace*. Vi vil i det følgende derfor præsentere vores undersøgelsesdesign, der tager særligt hensyn til, at det er følsom empiri, vi har med at gøre. Herefter vil vi analysere de aktuelle og vigtige opdagelser i projektet.

Kunsten i undersøgelsesdesignet

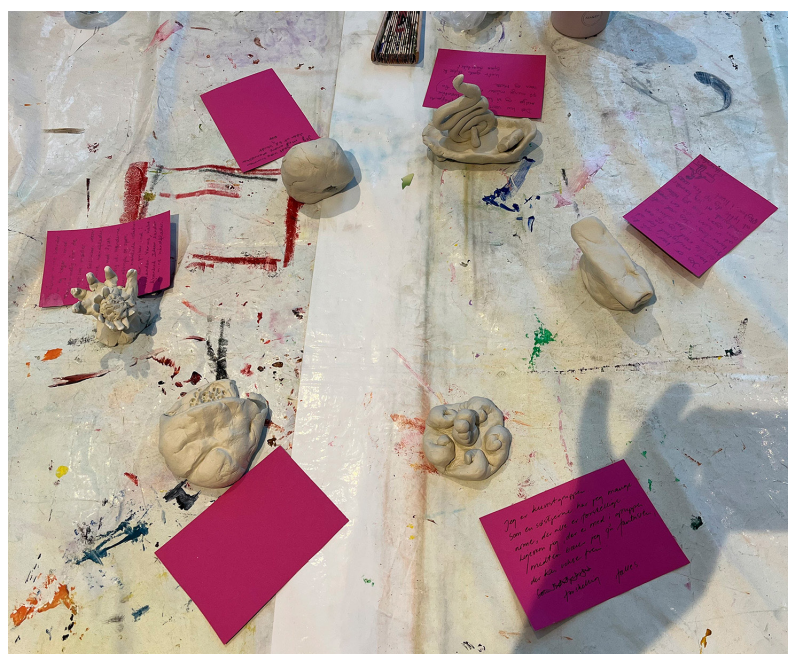
Vores undersøgelsesdesign tager afsæt i den kunstbaserede forskning – *arts-based research* – som giver plads til at sprogets grænser udvides og giver stemme til det, der vanskeligt lader sig kommunikere gennem ord og logik (Knudsen & Rold, i tryk; Leavy, 2020). Det giver for os som forskere nye muligheder for at skabe empiri, som ligger hinsides ordet (Malchiodi, 2018). Den kunstbaserede forskning legitimerer et dobbeltgreb, som er relevant for dette projekt, idet det tillades, at kunsten både er en del af en undersøgelsesproces og en lærings- og udviklingsproces, der skaber mulighed for at mere åbne og originale måder at forstå situationer og problemer på kan opstå (McNiff, 2008). På denne måde bruger vi det kunstneriske sprog i udforskningen af vores praksis som forskere, både med henblik på at udforske og på at skærpe vores egen lærings- og udviklingsproces som professionelle praksisudøvere. Vores kunstneriske udtryk bliver herved en måde at udføre og praktisere undersøgelsen på, ligesom kunsten samtidig bliver genstand for selve undersøgelsen (Chilton, et al., 2015).

Som følgeforskere har vi på denne baggrund hver især med vores taktile feltbøger, foretaget systematiske feltobservationer fra dagene i et første-persons perspektiv. Vores feltobservationer indeholder materialer fra dagene, skriftlige noter og forseglede breve, som fortæller om, hvad der har været efterladt hos os som forskere og som har berørt os på ydre og indre niveauer. Billede 1 på næste side viser eksempel på feltarbejdet:

De forseglede breve er blevet til efter, at de unge har forladt matriklen og er skrevet i en poetisk bevidsthedsstrøm, der har tilladt vores tanker at flyde ud på siden gennem vores hænder (Stout & Daniello, 2018). Efter brevene er skrevet færdige, er de blevet forseglede med voks og tilbageværende nøgleord er herefter skrevet uden på kuverten for at indkapsle følelsesladet materiale i en medierende psykologisk afsluttende proces (Schilhab, 2013; Li, et al., 2010). Skriveprocessen er på denne måde blevet en art poesi, der har åbnet for vores introspektive kritiske granskninger og indsigt i skriveprocessen (Rold, i tryk; Stout & Daniello, 2018).



På den sidste dag i Kunstgruppen gennemførte vi et kunstbaseret fokusgruppeinterview, hvor vi alle i fællesskab – unge, rådgiver, kunstner, forsker – udtrykte vores egen personlige oplevelse som en lerfigur, for efterfølgende at poetisere over lerfigurerens udtryk. I sidste del af fokusgruppeinterviewet havde vi en fælles dialogisk samtale om de implicite budskaber fra vores egne lerfigurer (Leavy; 2020, Warming, 2019). Billede 2 viser lerfigurer med udsagn, der indgik i fokusgruppeinterviewet: (Billede 2 herefter)



I bearbejdningen af det empiriske materiale har vi efterfølgende igen skrevet breve – *men nu åbne* – som responderende skriveproces på det samlede empiriske materiale, svarende til andenpersons perspektivet (Görlich, 2018; Faulkner, 2018). De åbne breve danner grundlag for analysearbejdet, ligesom brevene på samme tid allerede er begyndende analyse. Det forhold, at vi lader kunsten og det poetiske udtryk danne grundlaget for vores udforskninger,

gør det muligt at udtrykke levede erfaringer, oplevelser og følte sansninger mere nuanceret hos os alle, uagtet den position, vi måtte befinde os i. Vores kunstbaserede udforskninger skaber på denne måde empiri, er genstand for analyse af empirien, ligesom empirien samtidig er den måde, vi formidler og kommunikerer undersøgelsens fund på (Rold, i tryk; Leavy, 2020; Chilton, et al., 2015). De åbne breve har skabt et frirum for os som forskere, idet vi på kreativ vis har kunnet undersøge forskellige deltagerpositioner eksplorativt: de unge, de fagprofessionelle og brevene selv som poetisk genre. Vi har imidlertid ikke læst brevene op for de unge, da det ikke lod sig integrere i den emergende forskningsproces, som brevene blev dannet i. Dermed har vi ikke kunnet lade de unge bidrage med deres stemmer og fortolkning. Fremadrettet vil vi inddrage de unges stemmer i analyseprocessen for at styrke deres deltagerperspektiv (Warming, 2019). På denne måde inddrages de unges stemmer i brevenes responsive dialog og etikken i forskningsprocessen styrkes (Görlich, 2015; Chilton, et al., 2015).

Analyse af breve og fokusgruppeinterview

I det følgende viser vi tre åbne breve som responsive udtryk på det empiriske materiale, der danner grundlag for vores analyse. De er alle skrevet af os som forskere som første bearbejdelse af det empiriske materiale. Disse efterfølges hver af mere eksplicite analyser af, hvordan det er muligt at arbejde med unges trivsel gennem skaberkraft i kunstneriske fællesskaber som frirum i det tværprofessionelle samarbejde.

- Det første åbne brev er fra »*de forseglede breve*«, der i vi-form fortæller om de indsigter, brevene har fået i processen gennem det fælles vi« i brevet.
- Det andet åbne brev er fra »*de unge*«, der i vi-form fortæller om de oplevelser, de unge har haft i processen, gennem det fælles »vi« i brevet.
- Det sidste åbne brev er fra »*forskerne i det tværprofessionelle samarbejde*«, der i »jeg«-form fortæller om de indsigter, vi som forskere har fået i processen.

De åbne breve stemmer ind på oplevelser, sansninger og følelser, når de unge deltager i fællesskabets frirum med kunstneriske aktiviteter og fordybelse på headspace i foråret 2025, hvor kunstgruppen blev gennemført og indeholder indtryk, som er efterladt hos os som forskere efter dagens aktiviteter.

Åbent brev fra »*de forseglede breve*« (næste side)

Kære dig

VI ER FOLDEDE FØLELSESFANGERE.

Vi er skabt af intuitiv nødvendighed.
Vi indfanger kunstnerens og forskerens skrevne refleksioner.
Vibrerende ord.
Vi rummer følsomt empiri og gemmer de temporære iagttagelser i det skrevne.
Her samles indtryk fra Kunstgruppen på headspace.

VI ER TRAPPEN I HAVET.

Vi er en indgang til en anden verden til at kunne forstå.
Stedet hvor headspace åbner døren.
For Kunstgruppen. For de unge i flere aldre.
For forskeren, kunstneren og ungerådsgiveren.
Fælles fordybet i mangfoldighed, i kunsten, i smerten.

Nye navne kommer til, andre falder fra.

Vi rummer livsfortællinger, kropslige reaktioner som er efterladt.
Svære tilstande om at være blevet forladt af mor.
Om at have angst.
Om at have diagnoser og den betydning det har for de unge.
Forsvaret. Negative former. Og håbet. Positive former.

Det indre møder det ydre.

Vi oplever, at vores indre tilstande viser sit ydre
gennem spor fra kunstprocesser,
indre tanker, følelser og sansninger.
Det sker at vi forstyrres mens vi skrives.
Et moduskifte mellem ydre og indre stimulering.
Når f.eks. samfundets nysgerrige blikke er vendt mod os.
Kommer forbi med mange talende stemmer.
Når Rotary får vist headspace frem, mens vi skriver os selv.

Det ydre møder det indre.

Maskulin kvalitet møder feminin kvalitet.
Det skaber uro og det suser for den skrivende hånds ører.
Roen vender tilbage efter at de er gået igen.
Sirligt foldes vi af udmattede hænder, trætte tanketåger, hjælpende hjerter.
Somme tider tomme sider,
når overskuddet ikke er til at nedfælde unges bedrifter,
rummets atmosfære, kunstneriske processer.

Vi forsegles til sidst. Destrueres til allersidst.

Kærlig hilsen de forseglede breve

Beretningen fra de forseglede breve vidner om, at de som sproglig genre overskrider sprogets grænser med deres poetiske udtryksform, der er hinsides logikken. Brevene oplever sig selv som »foldede følelsesfangere« og som »trappen i havet«, der åbner for skjulte dimensioner rummende det følsomme, der berører de sociale og mentale udfordringer, som de unge bringer ind i fællesskabet. De intuitive refleksioner vidner også om, at det er kortvarige iagttagelser, som er opstået i øjeblikke i Kunstgruppen. Kunstgruppen er et flerstemmigt rum og den mangfoldighed giver frihed og plads til de svære følelser og tilstande, som de unge bringer med sig samtidig med, at der er givet plads til at forskellige kunstneriske formsprog og udtryk kan komme i spil. Den kollektive fordybelse synes central, der – når det er godt – skaber et resonerende rum, som åbner for fællesskabsfølelsen. Her er der både plads til det negative og det positive, som f.eks. tilstedeværelsen af forsvarsmekanismer og håbet på samme tid. Det får tilliden til at vokse frem og giver en oplevelse af at høre til.

I det ydre rum på headspace med materialer og planlagte aktiviteter, er der givet plads til at de unges indre tilstande kan rummes i rammesætningen på de unges præmisser. Der organiseres og tilrettelægges i forhold til den atmosfære, der er til stede fra gang til gang. Det giver plads til de unges indre tanker, tilstande og følelser. Det giver også mulighed for at de unge kan koble sig af og lade sig fordybe i den kunstneriske aktivitet. Brevenes forsegling i sin symbolske betydning antyder, at der ikke kræves noget, og der forventes heller ikke noget til næste gang.

Åbent brev fra »de unge« (næste side)

Kære dig

VI ER VORES EGET TEMPO.

Vi indtager plads i rummet.
Vi iagttager skabninger af menneskelig og materiel karakter.
Vi inspirerer og inspireres. Vi suger og responderer.
Vi lukker af og sætter egne grænser.
Vi er ham, hende eller de.

Gruppen er vores spejl.
I nærværet, vi har i samtalen og i stilheden.
Vi svinger med vores eget i fællesskabet.
Friheden er i det skabende.
Vi rummer dirrende nervøsitet til selvberoenhed.
Vi veksler mellem afvigende blikke og fastholdt øjenkontakt.
Vi arbejder forskelligt.
Vi er i vores egen proces.
Vi er medskabere i det kunstneriske fællesskab.

Der hækles. Gopler formes.
Vi fortæller om vores liv og viser billeder frem.
Håndværk med hækling og formgivning af ler.
Vi er fordybede og bliver dygtige.
Vi arbejder med vores gopler som en forlængelse af os selv.
Er de mon os?

Der er plads til os i fællesskabet. Vi mærker roen.
Men musikkens lyd kan forstyrre vores nervesystem.
Musikken hører ikke til i dag.
Vi mærker at energien skifter og er forskellig.
Håndsky kan vi være, når vores kroppe reagerer på
en hånds bevægelse, der forskrækker os.

Vi snører brysterne ind, får nyt CPR-nummer.
Starter på medicin eller smider medicinen.
Udredes i systemer og kastes rundt i "systemet".
Vi indsluses i nye skoler eller bokser med skolevægning.
Tager skidt fremad, eller træder til siden eller falder tilbage.
Vi øver os hver evig eneste dag.
På at være. På at blive. På at gøre.

Solsikkesnore gnaver i vores nakke.
Vores negle er kunstnerisk udformet med påsat bladguld.
Andre dage er de nedbidte og indkapslet af neglebånd af sår.
Vi deler erfaringer og jonglerer med diagnoser.
Vi bærer på en historie, som vi kun fortæller lidt om.
I øjeblikke.

Vi mærker respekten for vores grænser.
Det er svært at være her i dag, så vi må gå nu.

Kærlig hilsen os unge

Undersøgelsen i 2022 spejlede en gruppe, der var karakteriseret ved at have en stor diversitet, der spænder fra den meget ressourcestærke unge, hen mod en gruppe af unge i mistrivsel, der på forskellig vis havde psykiske og sociale udfordringer, havde udviklingsforstyrrelser som f.eks. ADHD eller autisme, eller som kæmpede med skolevægning. Dette billede gør sig fortsat gældende. I det åbne brev fra de unge træder det imidlertid tydeligt frem, at denne gruppe skiller sig en smule ud fra 2022, idet de nu synes at have et udvidet behov for at udtrykke sig selv gennem kunsten på egne præmisser, hvor der gives plads til deres egen stemme gennem et selvvalgt kunstnerisk formsprog, snarere end at ville lære og tilegne sig en bestemt kunstnerisk disciplin. Netop det, at kunne udtrykke sig gennem det kunstneriske formsprog for sig selv synes at aktivere de unges skabertrang og give dem empowerment til at udtrykke sig på andre områder af deres liv. Det giver de unge mulighed for at være til stede på egne præmisser og arbejde i eget tempo med det, de finder interessant, og som føles godt. Et billede som følgeforskningen i 2022 også viste tegn på. I dette rum bliver der plads til at suge til sig fra de andre eller lukke af, når der er behov for det, og hvor det bliver muligt for den unge at regulere impulser og udtryk. I dette rum deles egen historie, med respekt for egne grænser og den diversitet, der er i gruppen. Man deler kun det, man ønsker at dele.

Et sikkert sted med tilpassede aktiviteter

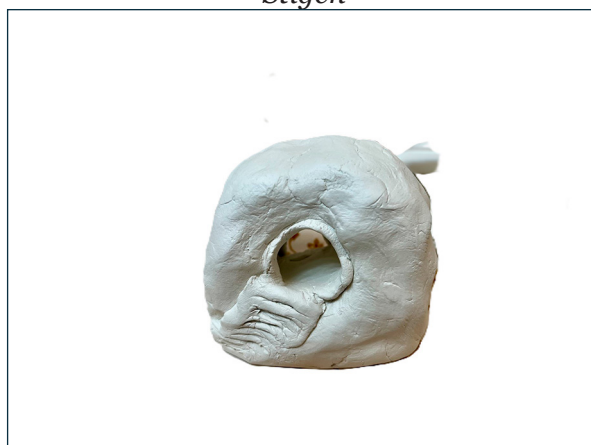
Fokusgruppeinterviewet i 2025 bekræfter det åbne brevs observation, idet det udtrykkes, at gruppen er et spejl i et ikke-dømmende rum, hvor der er frihed til at skabe i en fælles ro. Budskaberne fra lerfigurerne i interviewet udtrykker bl.a., at Kunstgruppen er oplevet som:

Den løftede platform



»En løftet platform, som skal symbolisere, at man i løbet af sin hverdag kommer over sit daglige, et pusterum, at kunne trække vejret. Dens perspektiv (figuren red.): Jeg er her, så du har mulighed for at sidde ned, så du kan få en pause i den travle hverdag, men jeg håber stadig, at jeg formår at løfte dig op fra vores pligter i livet«

Stigen



»En stige. Jeg kan godt være sammen med andre mennesker uden at få det skidt. Jeg har social angst, men er mindre angst her«

Hulen



»En eller anden form for hule. Jeg er i hulen«

I interviewet udtrykker de unge, at de oplever at få tilbudt et rum, hvor de bliver mødt af ærlighed, og hvor der er en følelse af ro, som minder om at være i zen. De får mere energi og bliver mere modige, når de har været i Kunstgruppen. Kunstgruppen bliver et frirum, »et safe-space (...) en ting at se frem til i hverdagen (...) et sted hvor man ikke bliver dømt for den person man er«, som det udtrykkes af en af de unge.

De unge udtrykker samstemmende, at de har behov for at få tilpasset aktiviteterne i Kunstgruppen. Det har derfor været godt, at den pædagogiske praksis har ændret sig fra, at der var en ny planlagt aktivitet for hele gruppen fra gang til gang, til i foråret 2025 at åbne for en mere flydende organisering, hvor de unge har mulighed for at arbejde i eget tempo. Om dette udtrykker en af de unge følgende:

»Før var der én gang til at lave en aktivitet. Nu er der en mere flydende overgang til, hvad man selv kan nå. Det skaber ro hos mig, så kan jeg sidde 2 gange og lave mine egne ting færdige. (...) Det er ret inspirerende at se, at alle andre laver noget forskelligt«

En af de andre unge udtrykker sit behov på denne måde:

»Jeg foretrækker at lave små ting, der ikke tager så lang tid. Så kan jeg springe hen til det næste. At jeg hurtigt kan lave noget andet, hvis jeg begynder at kede mig. Jeg kan ikke fokusere ret længe ad gangen. Jeg vil gerne have flere ting i gang på samme tid«

Den pædagogiske praksis har forandret sig i samspillet med de unge fra 2022 til 2025. Hvor aktiviteterne i 2022 var lineært tilrettelagt med afgrænsede opgaver fra gang til gang, strækker aktiviteterne sig nu over flere gange, hvor pædagogikken rummer en mere cirkulær og procesorienteret didaktik, der tilpasses den enkeltes behov i fællesskabet. Som kunstneren udtrykker det i interviewet i 2025: »Jeg bliver mindet om at jeg ikke skal komme med en færdig pakke, der skal rulles ud, men den formes i samspillet med jer unge«.

Åbent brev fra »forskerne i det tværprofessionelle samarbejde« (næste side)

Kære dig

JEG ER I MANGE POSITIONER.

Rådgiver, kunstner, forsker, supervisor.
Positionerne træder ind over hinanden.
Som kunstner bliver jeg facilitator, rådgiver og forsker.
Som forsker bliver jeg supervisor, kunstner og deltager.
Som frivillig ungerådgiver bliver jeg co-rådgiver og deltager.

Udenfor trekløveren er også mange positioner:
ledere, fonde, forskningsfelt, kunstfelt.
Alle positioner medtages i orkestreringen og i refleksionen.

Jeg oplever, at skiftende fremmøde hos de unge
skaber skiftende dynamikker.
Tipping point er tre unge og tre voksne i samme rum.
De voksne fylder. For meget.
Det er dilemmafyldt.
Hvor meget må de voksne træde frem? Hvem er i centrum?
Er det de unge, de voksne, kunsten, sansningen?
Eller atmosfæren?

Jeg oplever, at otte unge og tre voksne er et balancepunkt.
Det fungerer godt.
Udvekslinger mellem de unge bliver større.
De unge åbner op.
Dybe samtaler om svære ting i livet sker.

Jeg har mange overvejelser om processens stilladsering og deltagerstyring.
Om åbne og lukkede processer.
Jeg ser at viden og læring bliver til
i løbende forhandling mellem forsker-kunstner-ungerådgiver.

Skabelse af viden ser jeg ske
som en løbende tilblivelsesproces.
Med indhold af metoder, teorier, materialer, mennesker og psyke.
Etikken er med mig.

Kærlige hilsner forskerteamet

Brevet beretter om, at det sker, at rummet i Kunstgruppen får en dissonans, der udfordrer frirummet, når f.eks. tre voksne er til stede i det tværprofessionelle samarbejde – kunstner, rådgiver, forsker – samtidig med, at der den dag kun er mødt tre unge op. Det fungerer bedst med otte unge og tre voksne. Eller når det sker, at en voksen fylder rummet med sin egen tale, så der er mindre plads til de unges udtryk. Her indskrænkes de unges frirum. Det giver anledning til at overveje forholdet mellem antallet af unge og professionelle, og hvornår en gruppe synes at være bæredygtig. Desuden synes det vigtigt, at vi løbende har opmærksomhed på, hvem og hvad der er i centrum. Er det de unge, de voksne, kunsten i sig selv, det sansende eller atmosfæren? Når frirummet åbner sig, åbner de unge sig også for hinanden, og samtaler om svære oplevelser i deres liv opstår. Rummet i det tværprofessionelle møde kan beskrives som et balancepunkt, der løbende og forsigtigt skal bevæge sig frem og tilbage mellem positionerne. Det fordrer løbende supervision.

Brevet vidner også om, at viden i det tværprofessionelle samarbejde er noget, der er i stadig bevægelse og i løbende forhandling. Det er vigtigt ikke at låse sig fast i etablerede sandheder og forståelseskategorier, som kommer til at definere virkeligheden. Som professionel skal man derfor være i stand til at stå i det åbne i mødet med de unge og imellem andre professionelle, med etikken som grundlag. Selkrig & Biesta (2026) udforsker undervisningens mangefacetterede karakter og værdien af undervisere ud over deres funktionelle roller. De angiver, at ved at betragte undervisere som komplekse kunstværker åbnes for forskellige fortolkninger, hvor viden og værdier legemliggøres gennem den enkelte underviser, som skaber rum, hvor fællesskabet af unikke individer kan gå på opdagelse (Selkrig & Biesta, 2026). I det lys er det ikke blot de professionelle, der betragtes som kunstværker i Kunstgruppen, men også de unge. Det fællesskabende møde mellem alle deltagere som kunstværker skaber frirum for udforskninger og måder at eksistere på, der bevæger sig ud over reducerende målemetoder i vurderingen af de unges virkelighed. Med andre ord en subjektivering, hvor de unge kan vælge, tænke og handle selvstændigt som subjekter i et fællesskab, der vender sig ud mod verden (Biesta, 2024).

Følgforskningen i 2022 havde også opmærksomhed på det tværprofessionelle samarbejde og viste, at den tværgående indsats blev udvidet hen mod en større tværprofessionalitet. Dette udfordrede og udvidede på samme måde parternes faglige domæner ved, at disse flettede sig ind i den anden parts domæne. Styrken i det tværgående samarbejde i Kunstgruppen ligger i, at ungerådgivningen smelter sammen med det kunstneriske tilbud, hvor kunsten bliver et fælles tredje hvorigennem de unge kan mødes i et trygt fællesskab, og hvor der er hjælp at hente i sårbare øjeblikke. F.eks. udtrykker en af de unge i et interview i 2022 følgende om gruppens betydning (Boysen, et al., 2022):

»Det skal ikke stoppe, da det giver glæde, kunst sammen med andre. I det hele taget har det gjort mig meget gladere. Jeg føler, vi har det lidt på samme måde alle sammen«.

En anden har følgende opmærksomhed:

»Her er en ret speciel slags ro, uden at det er kedeligt. Her er roligt, uden at der skal være nogen forventninger«.

Udsagnene fortæller, at når de unge tilbydes kunstneriske frirum, hvor der er fokus på det sociale fællesskab, oplever de netop, at der bliver plads til at være sig selv i fællesskabet, hvor det bliver muligt at møde andre mennesker. Netop tilbuddet om kunst fra en alternativ organisation som headspace synes således at motivere de unge til at søge et kunstnerisk fællesskab, når der gives plads til sårbarhed og forskellige udfordringer.

Kunstgruppen som pædagogisk og eksistentielt frirum

Kunstgruppen på headspace kan samlet forstås som et socialt, kunstnerisk og eksistentielt frirum for unge i sårbare livssituationer. Kunstgruppen skaber en særlig rolig atmosfære, hvor de unge kan være til stede på egne præmisser; et sted uden præstationskrav, hvor man kan trække sig tilbage eller indgå i fællesskabet og samtidig blive mødt med anerkendelse og respekt. Denne tryghed synes at udgøre et afgørende fundament for oplevelsen af øget trivsel og social tilknytning.

Frirummets kerne i Kunstgruppen er kunsten som skaberkraft, der åbner mulighed for selvudtryk, refleksion og følelsesmæssig bearbejdning. Når de unge arbejder kreativt med materialer og udtryk, styrkes deres oplevelse af empowerment og mening. Den kunstneriske proces bliver en afgørende drivkraft, der gør det muligt at regulere sig selv i processen, som kan blive en katalysator for identitetsdannelse i fællesskabet.

At Kunstgruppen som frirum kan opretholdes, beror på det tværprofessionelle samarbejde mellem kunstner, rådgiver og forsker. Samarbejdet forudsætter en etisk og refleksiv praksis med supervision, hvor balancen mellem støtte og frihed kontinuerligt forhandles. Følgforskningen peger på et skifte hen imod en åben, procesorienteret og relationel pædagogik, der tilpasses den enkeltes behov og tempo i fællesskabet. Et sted, hvor kunsten ikke kun retter sig »udad«, men som også retter sig »indad« med henblik på, at de unge kan vende sig kommunikativt udad mod verden igen. Som Biesta udtrykker det (2024, s. 48):

»Kunsten, at udøve kunst, at møde kunst kan røre os, kan vække vores entusiasme og påvirke os; vi kan begynde at holde af kunst, kan komme til at elske kunst, og takket være dette, kan vi også begynde at holde af og elske verden«.

Denne pædagogiske tænkning – der taler kunsten frem – synes central for at Kunstgruppen som frirum kan bevare sin levende og inkluderende karakter; som et sted, hvor kunst, relationer og trivsel mødes i et meningsfuldt fællesskab. På denne baggrund peger vores følgforskning på et behov for en fortsat udforskning af det kunstneriske frirum som pædagogisk og social kategori, både som en metodisk tilgang til at styrke unges trivsel og som et forskningsfelt, der kan nuancere forståelsen af kunstens rolle i tværprofessionelle indsatser.

Referencer

- Biesta, G. (2024). *Lad kunst undervise – kunstundervisning »efter« Joseph Beuys*. Forlaget Klim
- Boysen, M.S.W.; Sørensen, P.W.; Rold, M.; & Thorsen, T. (2022). *Indsatsevaluering af Skabertrang 2*. Professionshøjskolen Absalon
- Bundesen, B.; Brestisson, J.T.; Llambias, P.; Rosenbaum, B. (red) (2024). *Kunsten at komme sig. Rewritalize. Skrivegrupper i psykiatrien*. Forlaget Klim.
- Bukhave, E.B.; Creek, J.; Linstad, A.K., Frandsen, T.F. (2025). The effects of crafts-based interventions on mental health and well-being: A systematic review. *Australian Occupational Therapy Journal* 2025;72:e70001. Side 1-19
- Bukhave, E.B. & Kirketerp, A. (red.) (2023). *Sundhed og trivsel gennem craft-aktiviteter – en grundbog til praksis*. Gads Forlag.
- Chilton, G. & Gerber, N. & Councill, T. & Dreyer, M. (2015). I followed the butterflies: Poetry of positive emotions in art therapy research. *Cogent Arts & Humanities*. 2. 1026019. [DOI:10.1080/23311983.2015.1026019](https://doi.org/10.1080/23311983.2015.1026019).
- Culture for Health Report (2022). *Scoping review of culture, well-being, and health interventions and their evidence, impacts, challenges and policy recommendations for Europe*.
- Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. I: *Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. WHO Regional Office for Europe*.
- Faulkner, S.L. (2018). Chapter twelve. Poetic Inquiry. Poetry as/in/for Social Research. I: Leavy, P. (2018). *Handbook of art-based-research*, The Guilford Press, s. 208-230
- Görlich, A. (2018). Getting in touch: poetic inquiry and the shift from measuring to sensing. *Qualitative Research in Psychology*, [DOI: 10.1080/14780887.2018.1442685](https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1442685)
- Görlich, A. (2015). Poetic inquiry: understanding youth on the margins of education. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 2015 <http://dx.doi.org/10.1080/09518398.2015.1063734>
- Henningsson, S.; Brestisson, J.T.; Bjorkedal S.B.; Bundesen, B.; Nielsen, K.S.; Ebersbach, B.; Hjorthoj, C.; Eplov, L.F. (2024). REWRITALIZE your recovery: a study protocol for a randomised controlled trial (RCT) examining the effectiveness of the new recovery-oriented creative writing group intervention REWRITALIZE for people with severe mental illness, *BMC Psychiatry* (2024) 24:891
- Holst, F. (2017). *Kortlægning af forskning i effekten af børn og unges møde med kunsten*, Statens kunstfond
- Illeris, H. (2018). Uddannelse som social kunstform? Kunstneriske og pædagogiske dilemmaer i forskning med kunstfaglig uddannelse. I: *JASED 1. vol2 no1: Part 2, Å forske med kunsten*, NOASP
- Jensen, A. (2022). Kultur og sundhed – et mangfoldigt felt. Et essay. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 4(1).
- Knudsen, L.E.D. & Rold, M. (red.) i tryk. Arts-based research. Kunstbaserede forskningsmetoder. UP Forlaget Unge Pædagoger.
- Leavy, P. (2020). *Method Meets Art. Arts-Based Research Practice – Third Edition*. GP The Guilford Press

- Li, X., Wei, L., Soman, D. (2010). Sealing the Emotions Genie: The Effects of Physical Enclosure on Psychological Closure. *Psychological Science Volume 21*, Issue 8, August 2010, side 1047-1050
- Malchiodi, C.A. (2018). Chapter five. Creative Arts Therapies and Art-based Research. I: Leavy, P. (red.) (2018). *Handbook of art-based-research*, The Guilford Press, s:68-87
- McNiff, S. (2018). Chapter two. Philosophical and Practical Foundations of Artistic Inquiry. Creating Paradigms, Methods, and Presentations Based in Art. I: Leavy, P. (red.) (2018). *Handbook of art-based-research*, The Guilford Press, s:22-36
- McNiff, S. (2008). Art-Based Research. I: Knowles, J.G., & Cole, A.L. (Reds.). *Handbook of the arts in qualitative research: Perspectives, methodologies, examples, and issues*. Sage, s:29-40
- Nielsen, A.M. & Sørensen, N.U. (2017). Når kunst gør en forskel. Unges deltagelse i kunst- og kulturprojekter som alternativ arena for sociale indsatser. (1 udg.). *Ungdomsliv Nr. 4*. Aalborg Universitetsforlag.
- Pedersen, L.D., Boysen, M.S.W. & Rold, M. (i tryk). Evaluering af Klub Skabertrang. Professionshøjskolen Absalon.
- Rold, M. (i tryk). Når jeg lytter indefra når jeg langt ud. At blive til som professionel med tegning og poesi i undersøgelse af egen praksis. I: Knudsen, L.E.D. & Rold, M. (red.) (2026). *Arts-based research. Kunstbaserede forskningsmetoder*. Forlaget Unge pædagoger
- Rold, M.; Yamil, M.; Bille, T. (2020). Hvem er jeg? En undersøgelse af kunstens betydning for identitetsudviklingen hos udsatte unge. *DpT, TEMA#2 – AUGUST – 2020*, s:60-80
- Schilhab, T. (2013). Biologiske 'bottom-up' processor og begrebsdannelse. I: Schilhab, T. (red.) 2013. *Pædagogisk Neurovidenskab. Cursiv nr. 11*, 2013, side 83-104
- Selkrig, M. & Biesta, G. (2026): *The Teacher as a work of art, Teachers and Teaching*, DOI: [10.1080/13540602.2026.2615662](https://doi.org/10.1080/13540602.2026.2615662)
- Skov, V. (2013). *Art Therapy. Prevention Against the Development of Depression* (Ph.D. Afhandling)
- Stout, C.J. & Daiello, V.S. (2018). Chapter thirty-three. Arts-Based Writing. The Performance of Our Lives. I: Leavy, P. (2018). *Handbook of art-based-research*, The Guilford Press, s:608-631
- Warming, H. (2019). Børneperspektiv – en populær flydende betegner. *Nordisk tidsskrift for pedagogikk og kritikk | Volum 5 | Barneperspektiv | 2019 | s. 62-76*
- Teglbjærg, H.S. (2011). *Skabende kunstterapi*. Aarhus Universitetsforlag
- Billedmateriale
- Rold & Bentzen (2026). Billede 1: Feltarbejde med forseglede brev
- Rold & Bentzen (2026). Billede 2: Lerfigurer med udsagn fra fokusgruppeinterview
- Rold & Bentzen (2026). Billede 3: Åbent brev fra »de forseglede breve«
- Rold & Bentzen (2026). Billede 4: Åbent brev fra »de unge«
- Rold & Bentzen (2026). Billede 5: »Den løftede platform«
- Rold & Bentzen (2026). Billede 6: »Stigen«
- Rold & Bentzen (2026). Billede 7: »Hulen«
- Rold & Bentzen (2026). Billede 8: Åbent brev fra »forskerne i det tværprofessionelle samarbejde«
- Rold, M.: »Gople« 1 og 2

Biografier

Mette Rold er lektor ved pædagoguddannelsen Professionshøjskolen Absalon, billedkunst- og formningslærer, kunstner, pædagogisk filosof og psykoterapeut-MPF med speciale i traumebehandling og kunstterapi. Centralt for hende står et helhedsorienteret menneskesyn hvor krop, sanser og kontekst tænkes som forbundne i menneskets perception og udvikling. Hun forsker og arbejder i bevægelsen mellem pædagogik, materialitet, kunstnerisk praksis og terapi, forankret i fænomenologien med en optagethed af, hvordan kunstbaserede, sensoriske- og affektorienterede kundskabsformer kan praktiseres og udforskes. Disse perspektiver bringer hun ind i sit arbejde i pædagoguddannelsen, hvor hun eksperimenterer med hvordan viden og metoder fra især arts-based research, kunstnerisk praksis og terapier kan bidrage til pædagogisk udvikling i praksis.

Iben Ammentorp Bentzen er leder af Kunstgruppen på headspace projektet, ekstern lektor ved pædagoguddannelsen Professionshøjskolen Absalon, kunstfaglig koordinator og underviser på Kulturskolen Roskilde, cand.mag. visuel kultur med bachelor i kunsthistorie og sidefag i æstetisk filosofi, selvstændig kunstner og kulturel iværksætter, tidl. Projektleder i Kræftens Bekæmpelse, diplom i ledelse. Hun arbejder i spændingsfeltet mellem kunstnerisk praksis, pædagogik og kulturelt iværksætteri. Udvikler og udforsker nye kunstneriske formater og pædagogiske metoder til tværfaglig anvendelse indenfor pædagogik, sociale indsatser, kunst og forskning.

